

ich würde gern mal beim Sex den Kopf ausschalten.

Thilo ist 44 Jahre alt und lebt in Brandenburg.

Bereits zum Zeitpunkt meiner ersten sexuellen Fantasien war ich schwul

Ich bin zusammen mit zwei Brüdern in Berlin aufgewachsen. Und ja, meine Kindheit ist eigentlich ganz normal verlaufen, wie man sich das halt so vorstellt.

Schwul bin ich eigentlich schon, seit ich erotische Fantasien habe. Meine ersten Erlebnisse hatte ich dann mit 13 Jahren. Und so mit 17, da habe ich über Kontaktanzeigen meine ersten richtigen Erfahrungen gesammelt. So habe ich auch meinen ersten Freund kennengelernt. Allerdings wussten meine Eltern zu diesem Zeitpunkt noch nichts. Obwohl mein erster Freund bei uns ein und aus gegangen ist. Der hat sogar bei uns übernachtet – aber es hat sich keiner Gedanken darum gemacht.

Ich habe es meinen Eltern auch eigentlich nicht erzählt – sie haben es selber rausgefunden. Da war ich so etwa 20 Jahre alt, und ich war zum letzten Mal mit der Familie im Urlaub. Ich hatte nach der Trennung von meinem ersten Freund eine Liaison, und er war eine Woche gemeinsam mit uns gemeinsam im Urlaub. Allerdings haben meine Eltern eben angenommen, dass es nur irgendein Freund sei. Sie haben ihn aufgenommen, wie sie es mit jedem gemacht haben. Aber als er dann abgereist war, da hatte ich Liebeskummer, und das haben sie bemerkt. Mein Vater kam schließlich in mein Zimmer und fragte mich, ob ich in homosexuellen Kreisen verkehren würde. Als ich ja sagte, fiel die Tür ins Schloss, und das war's. Ich bekam noch Hausarrest, an den ich mich eine Woche hielt und dann eben nicht mehr. Auch danach wurde es eigentlich mehr unter den Tisch gekehrt, weil mein Vater nicht so gut damit klar gekommen ist. Er sagte mir später mal, dass ich vielleicht zum Psychiater müsste oder einfach nur zu einer Nutte, damit ich sehe, dass es ganz schön ist mit einer Frau. Später hat es sich aber doch irgendwie normalisiert.

Als das mit dem Outing passiert ist, da war ich gerade in der Lehre zum Konditor. 1985 hatte ich dann ausgelernt und bin auch erst einmal in dem Betrieb geblieben. Und drei Jahre später konnte ich mit einer Sondergenehmigung anfangen, meinen Meister zu machen.

Als das geschafft war, habe ich den Beruf erst einmal zur Seite gepackt, um zu studieren. Berufsschullehrer wollte ich werden. Allerdings habe ich das abgebrochen, weil meine Illusionen über diesen Beruf irgendwann zerstört waren.

Schließlich habe ich mich mit einer Konditorei und einem Café in Berlin-Spandau selbstständig gemacht. Das war so etwa um die Zeit des Mauerfalls. Nach vier Jahren musste ich allerdings schließen. Und ich bin zurück an die Uni, allerdings bin ich dort an den finanziellen Schwierigkeiten gescheitert und daran, dass ich nebenbei so viel arbeiten musste. Das war einfach nicht zu schaffen. Ich habe schließlich als Pflegehelfer angefangen und Menschen mit Alzheimer betreut.

Mein Sex war eigentlich immer safer – darum hat mich das Testergebnis auch so geschockt"

Bis in die 90er Jahre gab es für mich HIV und Aids eigentlich gar nicht. Ich habe

bis dahin eigentlich auch keinen Safer Sex gemacht. Irgendwann habe ich es dann natürlich mitgekriegt – aber ich hatte das Gefühl, dass mich das eigentlich nicht betrifft, da ich in einer nach meinem Verständnis treuen Beziehung lebte. Ich habe dann nach dieser Beziehung allerdings erfahren, dass mein Freund durch einige andere Betten gehüpft ist und auch durch Saunen.

Als es dann damit vorbei war, da habe ich eigentlich immer auf Safer Sex geachtet. Ich hatte zu dieser Zeit auch einige Liaisons – bin regelrecht abgetaucht in der Szene. Aber ich habe eben eigentlich immer ein Gummi benutzt und aufgepasst, dass beim Blasen keiner abspritzt.

Natürlich habe ich mich auch auf HIV testen lassen. Meinen letzten negativen Test hatte ich 1994. Da wurde ich aber bereits zwei- oder dreimal nachgetestet. Dann kam eben ein negatives Ergebnis heraus. Ich bin mir aber wirklich nicht sicher, ob ich zu diesem Zeitpunkt nicht doch schon positiv war, denn ich nehme an, dass die Infektion etwa in diese Zeit fiel. Ich hatte auch diese Symptome einer frischen Infektion, jedenfalls nehme ich heute an, dass es durch HIV kam: Heftige Sommergrippe, Allergie gegen alles Mögliche. Ich kam aber auch nicht auf die Idee, dass es HIV sein könnte, da ich ziemlich safen Sex hatte in dieser Zeit. Klar, es gab die ein oder andere Situation, an die ich mich erinnere, zum Beispiel in der Sauna.

Aber eigentlich weiß ich bis heute nicht genau, wo oder was es gewesen ist.

Wahrscheinlich hat es mich deshalb auch so hart getroffen, als ich dann 1997 mit einer Hammer-Methode erfahren habe, dass ich HIV-positiv bin. Eigentlich wollte ich an einer Medikamentenstudie teilnehmen. Dafür musste ich eben auch einen Test machen, das habe ich unterschrieben. Ich bin aber nie auf die Idee gekommen, dass ich es haben könnte. Und unter irgendeinem fadenscheinigen Grund wurde ich dann nicht zugelassen zu der Studie. Dann sollte es noch ein Abschlussgespräch dazu geben, um mir den Grund dafür mitzuteilen. Das Gespräch mit dem Arzt war dann recht kurz und knapp. Er sagte nur, dass ich mir ja sicher vorstellen könne, was los ist. Nee, das konnte ich nicht – aber natürlich dämmerte es mir dann schon. „Ja“, sagte er, „Sie sind HIV-positiv, davon geht die Welt nicht unter, und wir haben hier auch Studien für HIV-Positive.“ Dann gab er mir noch die Nummer von der Berliner AIDS-Hilfe, falls ich Fragen habe. Und dann war ich da raus.

Klar, ich habe noch am selben Tag in der AIDS-Hilfe angerufen. Aber es war schwierig, einen Termin auszumachen. Ich habe dann erst einmal Zeit vergehen lassen, bevor ich später dann doch einmal hingegangen bin – aber eigentlich nur, um mir Ärztelisten zu holen. Alles andere habe ich abgelehnt: Nee, ich will das nicht – ich bin positiv, aber irgendwie fühle ich mich nicht krank.

Gleich nachdem ich mein Testergebnis hatte, da ist auch meine damalige Beziehung in die Brüche gegangen. Er war einfach so voll mit Ängsten, und damit war die Sache erledigt.

Von Anfang an habe ich den gleichen Schwerpunktarzt, mit dem ich ein gutes Arrangement getroffen hatte: Mit der Therapie wollte ich so spät wie möglich beginnen, aber natürlich auch so früh wie nötig. Und 2004 habe ich dann begonnen, Medikamente zu nehmen. Ich hatte massive Nebenwirkungen, vor allem fürchterliche Albträume. Es hat einige Zeit gedauert, die richtige Kombi zu finden. Es ist auch heute noch nicht optimal, aber es wirkt hervorragend, und die Nebenwirkungen sind erträglich. Ich war auch 2001 schon einmal sehr krank. Danach habe ich dann direkt Rente beantragt. Es wäre gut gewesen, wenn man mir am Anfang einmal gesagt hätte, was ich noch zur persönlichen Absicherung hätte machen können. Denn wenn HIV bekannt ist, dann kriegst Du keine Versicherungen mehr. Daher bin ich nicht so gut versorgt, wie ich mir das gewünscht hätte. Unter anderem deshalb bin ich immer auch nebenbei berufstätig.

HIV hat nicht nur mein Sexualverhalten verändert

Nachdem ich dann nach dem Test wieder Single war, hatte ich von Beziehungen auch erst einmal die Faxen dicke. Und ich hatte ja plötzlich auch das Problem: Sage ich, dass ich HIV-positiv bin, oder sage ich es nicht? Ich habe es je nach Bauchgefühl dann eben mal gesagt und ein anderes Mal halt nicht.

Ich hatte auch eine ziemlich exzessive Phase. Ich bin in die Sauna gegangen. Vor dem Sex wurde nicht viel geredet, sondern einfach nur geschaut, ob man sich sympathisch ist. Aber ich habe darauf geachtet, dass ich nicht abspritze und mich nicht ohne Gummi ficken lasse. Das war sicherlich keine besonders befriedigende Zeit, obwohl ich Lust auf eine ganze Menge Sex hatte. Aber ich konnte mich eben nicht so ausleben. Ich hätte gern einfach mal meinen Kopf ausgeschaltet. So nach und nach habe ich versucht, ein Arrangement für mich zu finden. Denn immer habe ich mir die hundert Prozent Verantwortung aufgesackt. Aber es gibt mindestens immer zwei, die diese tragen. Neben dieser exzessiven Phase gab es aber auch Zeiten, in denen ich gar keine Lust auf Sex hatte. Ich habe mich als Virenschleuder gesehen, hatte Angst, jemanden anzustecken. Die meisten Probleme hatte ich dann, wenn ich mich irgendwie im privaten Rahmen getroffen habe. Denn dann hat man oft auch noch ein bisschen Gespräch vorher und nachher. Und dann war da eben die Frage: Wie gehe ich mit HIV um, wenn es plötzlich Thema wird? Wenn ich dann auch noch wusste, dass jemand definitiv nicht positiv war, dann hatte ich sehr kopflastigen Sex. Ich konnte mich nicht richtig fallen lassen. Es hat mich sehr belastet und mein Sexualverhalten stark verändert.

Seit ich positiv bin, ist es mir noch wichtiger, mich selbst zu verwirklichen. Zum Beispiel habe ich nur ein paar Monate nach dem Testergebnis die ersten Nacktfotos machen lassen. Das ist ein Beispiel – aber das sind eben Dinge, die ich schon immer wollte, die ich aufgrund irgendwelcher Zwänge nicht gemacht habe. Die waren mir dann egal. Ich hatte ja damals noch die Panik, jetzt noch zwei oder drei Jahre, und dann ist Schluss. Dann kam aber auch irgendwann die Einsicht: Na ja, Kopf in den Sand stecken geht gar nicht.

Heute ist das Verhältnis mit meinen Eltern, wie ich es mir immer gewünscht habe

1999 habe ich dann in einem Pornokino meinen nächsten Freund kennengelernt. Wir hatten ziemlich geilen Sex, und eigentlich wollte ich auch nicht mehr als das. Aber er hat es geschafft, dass wir unsere Telefonnummern ausgetauscht haben. Tatsächlich haben wir auch am nächsten Tag telefoniert, haben uns getroffen, und irgendwann war nach einer Zeit klar: Wir führen nun eine Beziehung. Also sind wir auch zusammengezogen. Später sind wir dann gemeinsam raus aus der Stadt aufs Land gezogen. Er war elf Jahre jünger als ich und nicht positiv. Und zum ersten Mal hatte ich eine Beziehung, die ein bisschen offen war.

Schwierig wurde es für uns, als ich meine Rente beantragt habe. Es ging mir eine ganze Zeit nicht so gut, und ich war auch drei Wochen im Krankenhaus. Er dachte wohl: Das ist der letzte Abschnitt, Rente, und dann kommt der Tod. Aber auch heute sind wir noch sehr freundschaftlich miteinander verbunden. Das finde ich sehr schön.

Seit drei Jahren habe ich nun wieder eine Beziehung. Ich habe ihn im Waldschlösschen kennen gelernt. Er ist auch HIV-positiv, und eigentlich war er mir schon

früher aufgefallen. Aber da hatte ich immer Beziehungen, und als ich ihn dann zuletzt getroffen habe, da hat es gefunkt.

Er geht heute bei meinen Eltern ein und aus, nennt sie Vater und Mutter. Und mit den beiden verstehe ich mich heute auch wieder recht gut. Sie haben erst recht spät von meiner Infektion erfahren, erst als ich dann 2004 mit der Therapie begonnen habe. Aber sie haben erstaunlich gut darauf reagiert. Unser Verhältnis ist nun so, wie ich es mir immer gewünscht habe.

Was ich mir heute wünsche ist, dass mein Freund und ich noch eine lange gemeinsame Zukunft haben. Hier auf dem Land mit unserem eigenen Haus – vielleicht finanziell ein bisschen besser ausgestattet, das wäre nicht schlecht.